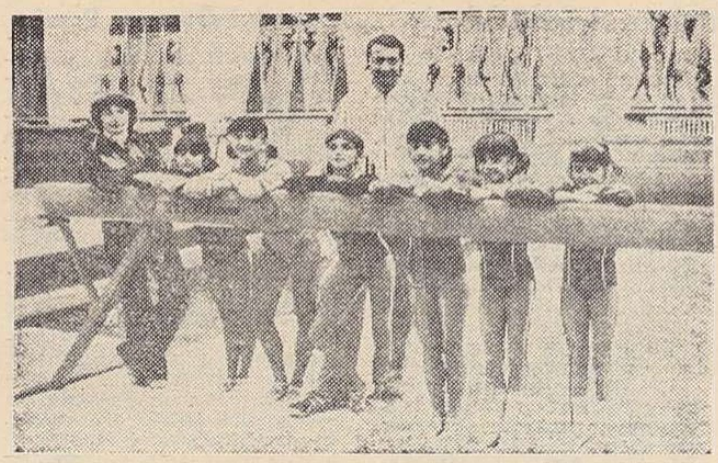
ÎN PLINĂ IARNĂ, GIMNASTELE NOASTRE PREGĂTESC, CU PASIUNE ŞI DĂRUIRE, VIITOARELE PERFORMANŢE

REPORTAJE LA LOTURILE DIN BUCUREŞTI ŞI MUNICIPIUL GH. GHEORGHIU-DEJ

În Bucureşti, în municipiul Gh. Gheorghiu-Dej, la Baia Mare, Sibiu, Bacău şi în alte oraşe ale ţării, în secţiile nominalizate de gimnastică feminină se desfăşoară în aceste zile o activitate intensă de pregătire a apropiatului sezon competiţional, dominat în acest an de campionatele mondiale din Franţa, programate la Strasbourg, la finele lunii octombrie. Printr-o organizare specială stabilită, în luna decembrie, de federaţia de specialitate, în Bucureşti şi în municipiul Gh. Gheorghiu-Dej lucrează în prezent trei grupe ale lotului reprezentativ feminin, alcătuite din cele mai bune gimnaste ale ţării, sub conducerea unor antrenori care şi-au probat prin rezultate competenţa şi valoarea profesională. Obiectivul principal al acestor trei grupe — buna reprezentare a gimnasticii feminine româneşti la marile întreceri cu caracter mondial din acest an.

Despre unele dintre problemele de muncă ale acestor „ateliere ale gimnasticii noastre feminine" **— în pagina de faţă.**



Antrenamentul condus de Marta şi Bela Karoly *s-a încheiat. Gimnastele şi antrenorii îşi îngăduie un moment de odihnă*

BELA KAROLY: „NE TREBUIE TIMP, DE UNDE SĂ LUĂM ATÎTA TIMP? Şi, totuşi, va trebui să-l găsim!"

În ambianţa intimă a apartamentului său de pe unul din bulevardele centrale ale municipiului Gh. Gheorghiu-Dej, în care două dintre camere sînt rezervate numeroaselor trofee şi distincţii cucerite de cei doi soţi în îndelungata şi fructuoasa lor activitate de antrenori de gimnastică, Bela Karoly este de-a dreptul inepuizabil. Discuţia programată să aibă loc după antrenamentul de seară, pentru 30 de minute, se prelungeşte pe mai multe ore şi doar gîndul că a doua zi, dis-de-dimineaţă, va trebui să fie din nou în sala de antrenament, ne obligă ca la miezul nopţii să întrerupem o convorbire care se dovedea extrem de interesantă, cu multe opinii pertinente ale interlocutorului. Bineînţeles, gimnastica s-a situat în prim plan.

— Campionatele mondiale de la Strasbourg — **ne spune Bela Karoly** — reprezintă pentru noi un examen extrem de important, mai dificil decît pare la prima vedere. Este pentru prima oară după Olimpiadă cînd ţara noastră participă la o competiţie de anvergură pe echipe şi avem de apărat prestigiul cucerit în 1976, la Jocurile Olimpice de la Montreal. Toţi specialiştii noştri de bază poartă, evident, o mare responsabilitate în alcătuirea unei reprezentative puternice, bine pregătită fizic şi tehnic, capabilă să facă faţă puternicei concurenţe internaţionale.

— Consideraţi că sînt asigurate premisele pentru formarea unei asemenea echipe?

— Fără îndoială că da. Hotărîrea luată în luna decembrie de Comitetul federaţiei de gimnastică, privind alcătuirea a trei nuclee de pregătire, porneşte de la ideea judicioasă a repartizării gimnastelor vizate pentru lotul reprezentativ pe mai mulţi antrenori, avîndu-se desigur în vedere că o asemenea împărţire stimulează căutările, precum şi pregătirea la un nivel superior a programului cu care maestrele noastre se vor prezenta în curînd în faţa marelui public. Experienţa trecută a arătat că se pot obţine rezultate bune şi prin gruparea celor mai bune sportive într-un singur centru, sub conducerea unui cuplu de antrenori. În orice caz, putem să încercăm şi în acest fel, cu trei loturi, dar se impune ca înaintea campionatelor mondiale, pentru o perioadă care urmează a fi stabilită ulterior, un număr de 8—10 gimnaste să fie reunite sub îndrumarea aceluiaşi colectiv de specialişti, pentru a se asigura acea omogenitate de concepţie de care are nevoie orice echipă reprezentativă care ţine la cartea ei de vizită.

— Cum se conturează, din punctul dv. de vedere, „lotul de mondiale" şi care ar putea fi contribuţia grupei cu care lucrează Marta şi Bela Karoly?

— Orice echipă sau lot reprezentativ feminin trebuie să înceapă cu acea mare gimnastă a ţării noastre care este Nadia Comăneci. Talentul ei enorm, calităţile-i binecunoscute trebuie plenar valorificate atît în beneficiul echipei reprezentative a României, cît şi pentru prestigiul personal de care se bucură în întreaga lume tripla medaliată cu aur de la Montreal. Am siguranţa că Nadia Comăneci poate aduce încă mari succese gimnasticii noastre. Noi, aici, după cum se ştie, lucrăm cu un grup restrîns de fete. Trecerea Nadiei Comăneci şi a Teodorei Ungureanu la colectivul de specialişti din Capitală ar fi trebuit să determine federaţia să ne asigure, în schimb, alte gimnaste de preaătirea cărora să ne ocupăm. Dealtfel, la Deva, la plenara Comitetului federal, noi am şi solicitat, nominal, cîteva gimnaste. Deşi iniţial ni s-a promis că cererea noastră va fi onorată, pînă acum nu s-a întreprins nimic. Ne desfăşurăm, deci, activitatea cu Cristina Itu, Marilena Neacşu, Emilia Eberle, Gabi Gheorghiu şi Marilena Vlădărău, cărora li s-au alăturat, de la începutul lui ianuarie două sportive începătoare, Simona Noja (de la C.S.M. Cluj-Napoca) şi Viorica Gyüjtö (de la C.S.O. Arad), ambele de 10 ani neîmpliniţi, aflate la abecedarul gimnasticii. În cazul în care vor confirma, ele vor fi apte de concurs abia în 1982. Lucrăm intens cu cele cinci gimnaste de valoare recunoscută, urmărind să le asigurăm o pregătire bună, care să le situeze la viitoarele întreceri la nivelul celor mai bune gimnaste ale lumii. Am elaborat şi pregătim deja elemente noi, originale, mai ales la bîrnă şi sol, avem torente de salturi la bîrnă şi linii acrobatice noi la sol. Un mare accent punem pe interpretarea şi buna pregătire a exerciţiilor impuse, cele care, de atîtea ori, hotărăsc soarta unui mare concurs. Ca antrenor, sînt afectat că cea mai bună gimnastă a noastră, Cristina Itu, campioană absolută a ţării, s-a accidentat incredibil zilele trecute la o aterizare simplă la paralele, fiind nevoită să-şi întrerupă pentru o perioadă antrenamentele. Nutrim speranţa că tratamentul aplicat şi grija deosebită de care ea se bucură din partea specialiştilor s-o readucă cît mai curînd în sala de antrenament.

— Ce vă lipseşte?

— ...În primul rînd timpul! Ne trebuie timp pentru antrenamente (cîte două pe zi), ne trebuie timp pentru pregătirea şcolară a fetelor, faţă de care nu permitem nici un fel de îngăduinţă, ne trebuie timp pentru refacere şi odihnă. De unde să luăm atîta timp? Şi, totuşi, va trebui să-l găsim...

O „ECHIPĂ" DE ANTRENORI ŞI O ECHIPĂ DE GIMNASTE, ÎN DEPLINĂ CONLUCRARE

La ora 8 fix, pe covorul verde al sălii se aliniază pentru raportul de dimineaţă cele 7 gimnaste care lucrează la complexul „23 August" din Capitală: **Nadia Comăneci** şi **Teodora Ungureanu** (de la Liceul de gimnastică din municipiul Gh. Gheorghiu-Dej), **Rodica Dunca** şi **Daniela Brîndescu** (C.S.M. Baia Mare), **Angela Bratu** şi **Carmen Savu** (Cl. Sp. Şcolar Sibiu), **Adina Fărcuţ** (C.S.O. Arad). În faţa sportivelor, aliniaţi şi ei, cei care au primit misiunea să pregătească şi să desăvîrşească măiestria acestor gimnaste, trei specialişti reputaţi, cu vechi state în activitatea de performanţă şi în echipele reprezentative ale ţării sau în reţeaua învăţămîntului superior: **Atanasia Albu, George Condovici** şi **Iosif Hidi.**

Constatînd că fetele sînt sănătoase şi pot începe antrenamentul de dimineaţă, colectivul de antrenori permite ca, de îndată, gimnastele să înceapă încălzirea. În ritm la început lent, apoi din ce în ce mai vioi, Nadia şi colegele ei, mai vechi sau mai noi, răspund cu promptitudine tuturor comenzilor, participă cu deplină conştiinciozitate la programul stabilit. Se lucrează pentru mobilitate, se corectează vechi deprinderi greşite (cu gimnastele mai tinere ale grupei), se perfecţionează mişcările de bază specifice unor aparate. Preluînd o parte din sarcinile programului zilei, Atanasia Albu zăboveşte mai mult la sol, iar apoi trece la bîrnă, lucrînd în special la individualizare. Rînd pe rînd, cu fiecare gimnastă în parte, ea insistă asupra expresivităţii mişcării, subliniind mai ales importanţa detaliilor. George Condovici exersează cu un grup de fete elemente ale unei noi sărituri. Ca fost gimnast şi campion al ţării, el ştie prea bine că cel mai bun „material didactic" îl reprezintă însuşi modelul prezentat de antrenor. Astfel că nu ezită nici o clipă:

— Fetelor, uitaţi-vă, vă rog, cu multă atenţie la mine. Ridicaţi braţele în sus, vă răsuciţi pe vîrfuri şi apoi vă aruncaţi. Atenţie la aterizare! Aşa!

Şi antrenorul e primul care se aruncă peste vraful de saltele groase din burete. Fetele îl urmează, cu reţinere la început, apoi cu tot mai multă convingere. O săritură, două, zece de fiecare sportivă. În sfîrşit, antrenorul pare să se declare mulţumit.

— Pentru astăzi e de ajuns. Dar mîine va trebui să lucrăm mai mult, mai bine.

Antrenorul Hidi stăruie mult la paralele şi la groapa plină cu bucăţi mari de burete. El insistă ca mişcarea de apucare a barei de jos să se facă cu amplitudine maximă, cu corpul în totală extensie, cu laba picioruluiîntinsă şi nu admite nici un fel de greşeală. Gimnastele care nu reuşesc de prima dată sînt obligate să repete de mai multe ori, pînă cînd se formează deprinderea. Periodic, se trece şi în faţa videomagnetoscopului, care înregistrează cu multă fidelitate toate mişcările din antrenament ale sportivelor. În faţa benzii cu imagini gimnastele nu mai au nici o scuză pentru greşelile de care ar vrea, eventual, să... scape.

Deseori, în timpul antrenamentului, cei trei specialişti se consultă reciproc, îşi verifică propriile păreri cu opiniile colegilor. Alcătuiesc, în cel mai pur înţeles al cuvîntului, o adevărată echipă şi le place chiar să fie socotiţi ca atare, pentru că acţionează în acest spirit. Muncim — declară ei cu multă modestie — pentru a ne aduce şi noi contribuţia la formarea unei echipe reprezentative puternice, care să poată să susţină cu succes dificilul examen al campionatelor mondiale de la Strasbourg.

Faptul că dispun de un lot eterogen (de la gimnastele de recunoscută valoare mondială, cum sînt Nadia şi Teodora, pînă la sportive de categoria a II-a, lipsite de experienţă competiţională) creează unele dificultăţi în pregătire, dar există speranţa că acestea vor fi rezolvate prin individualizări şi prin marea dorinţă a gimnastelor tinere de a urma exemplul colegelor lor.

Avînd asigurate condiţii bune de pregătire în sala de la „23 August", care a suportat modificări la începutul lunii ianuarie şi beneficiind, de puţin timp, de colaborarea entuziastă a coregrafului **Victor Vlase**, care manifestă o mare dorinţă de înţelegere cît mai rapidă a cerinţelor gimnasticii moderne, grupa din Capitală are create premise ca eforturile depuse să se concretizeze în rezultate bune, pe măsura aşteptărilor. Şi poate că cea mai certă dintre premise este participarea conştientă, entuziastă, a tuturor gimnastelor la programul stabilit, care vizează, ca obiectiv final, o pregătire la nivel mondial, cu exerciţii noi, originale, de mare virtuozitate.

Nadia Comăneci, Teodora Ungureanu (care şi-a reluat cu succes antrenamentele şi manifestă mult interes şi dragoste de muncă, venind cu entuziasm în întîmpinarea solicitărilor antrenorilor), **Rodica Dunca** (ambiţioasă şi dornică să-şi confirme buna reputaţie pe care şi-a cîştigat-o în concursuri anterioare), **Carmen Savu** (talentată şi de certă perspectivă), **Angela Bratu** (o promisiune care poate deveni în curînd certitudine), **Daniela Brîndescu** (cu reale calităţi) şi **Adina Fărcuţ** (mezina grupei, dotată şi inimoasă) — iată „piesele" cu care a intrat în luptă colectivul de tehnicieni din Capitală, luptă pe care iubitorii gimnasticii noastre o doresc încununată de un deplin succes.

NADIA ESTE ŞI DOREŞTE SĂ RĂMÎNĂ MEREU ÎN FRUNTE

(Urmare din pag. 1)

fizică de la Piatra Arsă, cît şi în cea care a urmat, de pregătire specifică, de la Baia Mare sau de la Bucureşti — cu toată convingerea la şedinţele de antrenament, răspunzînd de fiecare dată solicitărilor antrenorilor.

Faţă de noua ei înălţime, Nadia Comăneci dispune în prezent de o greutate corporală optimă, care îi permite să lucreze degajat, cu mare uşurinţă, să abordeze fiecare aparat cu multă încredere. Antrenorii care îi supraveghează pregătirea au numai cuvinte de laudă despre dorinţa ei de a învăţa elemente noi, care n-au mai fost executate pînă acum de nici o gimnastă, despre dirzenia cu care ea lucrează pentru a-şi atinge obiectivele pe care şi le-a propus pentru competiţiile din acest an şi cu deosebire pentru campionatele mondiale din Franţa.

— Mă simt foarte bine — ne roagă Nadia să notăm în blocnotesul nostru — **şi am o mare poftă de lucru. Deşi am avut şi la campionatele europene de la Praga multe noutăţi în programul meu, în comparaţie cu cel prezentat la Jocurile Olimpice, am auzit că, totuşi, au fost arbitre care mi-au reproşat că am prezentat aceleaşi exerciţii de la Montreal. Doresc ca în acest an să înlătur orice fel de dubii. Împreună cu colectivul de antrenori pregătesc elemente noi la fiecare aparat şi cum acestea reprezintă premiere mondiale sper că vor fi văzute de toţi specialiştii gimnasticii. Ştiu prea bine că am o „carte de vizită" care mă obligă mult şi voi lupta s-o onorez prin rezultatele pe care mi le-am propus.**

În acest context, ne bucură să consemnăm faptul că tripla noastră campioană olimpică şi-a respectat întotdeauna angajamentele.

ALTE FETIŢE CARE VISEAZĂ MEDALII DE AUR...

Dintre tinerele gimnaste ale Liceului din municipiul Gh. Gheorghiu-Dej, Dumitriţa Turner *a înregistrat, în 1977, cele mai bune rezultate. Participarea la numeroase concursuri interne şi internaţionale i-a adus multe succese prestigioase, între care la loc de frunte se situează titlul de campioană balcanică absolută de junioare, campioană absolută a României la junioare, cîştigătoare a concursului bilateral cu o puternică echipă a Uniunii Sovietice. În mod firesc, deci, tînăra gimnastă a atras atenţia federaţiei de specialitate, care, la finele anului trecut, a selecţionat-o într-unul din loturile olimpice ale ţării. Luîndu-se în consideraţie faptul că această talentată sportivă a început gimnastica şi a realizat toate succesele de pînă acum cu aceiaşi antrenori, în cadrul liceului de gimnastică din localitate, s-a hotărît ca ea să-şi continue pregătirea în cadrul Liceului, cu antrenorii* Florica şi Florin Dobre. *Şi astfel s-a născut ideea celui de al doilea „atelier de lucru" din Oneşti. Sub conducerea antrenorilor amintiţi mai lucrează alte trei gimnaste din localitate* — Mirela Oancea, Dana Crăciun şi Corina Sasu — *cu reale posibilităţi de abordare a marii performanţe şi de afirmare pe plan intern şi internaţional. Beneficiind, din toamna anului trecut, de o nouă sală de antrenament, încăpătoare, excelent dotată din punct de vedere al materialului trebuincios, ca şi al mijloacelor de refacere, această grupă dispune de condiţii optime de pregătire.*

Din cele constatate de noi ca şi din relatările antrenorului Florin Dobre, reiese că cele patru gimnaste au trecut la efectuarea unui amplu şi complex program de pregătire încă din decembrie trecut. După perioada de tabără de pe muntele Rarău, consacrată cu prioritate pregătirii fizice şi binevenită pentru fete deoarece şi-au refăcut şi capacitatea nervoasă, s-a reintrat, treptat, într-un ritm normal de lucru, adică săptămînal patru zile cu cîte două antrenamente şi trei zile cu cîte un singur antrenament. Dimineaţa, în sala mare, se lucrează mult la acrobatică şi, prin rotaţie, la cîteva aparate. De obicei bîrnă, paralele, sol. După-amiază, la sala mică, din nou o repriză de muncă intensă, pe grupe de cîte două, la cele patru aparate. Firească, nu toate sînt încă perfecte, nu s-a găsit metodica ideală a dozării efortului pe cele două antrenamente zilnice, este nerezolvată compoziţia muzicală a solurilor, deoarece liceul este cam de mulţi ani în căutarea unui pianist.

Dar, mai presus de toate este marea dorinţă a celor doi antrenori şi a elevelor lor de a munci bine, de a nu precupeţi nici un efort, pentru a-şi putea aduce şi ei contribuţia, pe măsura puterilor lor, la alcătuirea unei puternice echipe româneşti la viitoarele mari confruntări internaţionale.

Întreaga grupă a soţilor *Florica* şi *Florin Dobre* lucrează la bîrnă. În prim-plan, *Dumitriţa Turner*. Fotografii de Ion MIHAICA

Pagină realizată de **Constantin MACOVEI**